

11

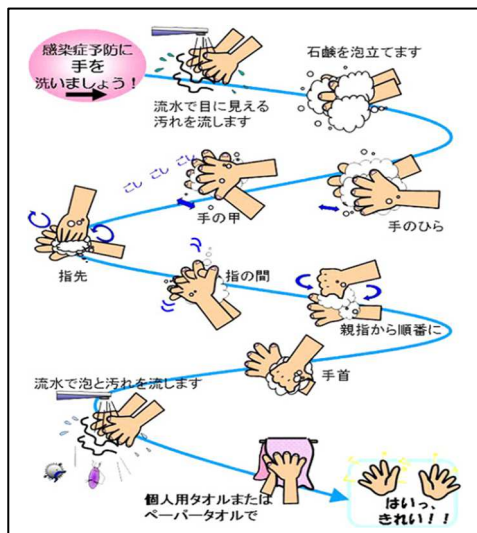
月号 ほけんだより



秋も深まり、暖房器具を使用する時期になりました。また気温が下がるにつれて、空気が乾燥し、インフルエンザやノロウイルス(感染性胃腸炎)といった感染症も流行しやすい季節です。手洗い・うがいの習慣や衣服の調整、気温や湿度の確認を行なって体調管理をしていきましょう。

## ✳️ 正しい手洗いを身につけていきましょう

さまざまな感染症を予防するための基本的な対策は、手洗いです。手を洗う時には、ハンドソープや石けんを使い、丁寧に行うことが大切です。正しい手洗いを身につけていきましょう。



手洗いは、2歳くらいまでは大人が後ろに立って援助しながら洗います。

3歳頃から細かいところまで洗えるようになっていき、5～6歳頃にはほとんど自分でできるようになりますが、最後まできちんとできるようにサポートしていきましょう。

KAEDE HOIKUEN  
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.  
CRESCENDREAMS



発行日 / 令和7年 11月1日 渡邊 摩也



## ✳️ 11月8日 <sup>1 1 8</sup> いい歯を守ろう

### 11月28日(金)10時～ 後期歯科健診があります

やむを得ず欠席される場合は、後日嘱託医にて健診を受けていただきますのでご了承下さい。なお、ご家庭の都合でお休みする場合には、健診時間に登園し、健診を受けていただくことも可能ですのでご相談下さい。

ア歯科有馬診療所 : 大崎市古川稲葉三丁目3-12 TEL0229-23-8816

### 11月8日は「いい歯の日」です

歯みがきを好きになる3つのポイントを紹介します。



#### ①好きな歯ブラシを使わせてみましょう。

子どもが選んだ歯ブラシのほうが、楽しく、自分で進んで歯みがきができます。仕上げ磨き用には、本人が使うものとは別に、サイズや年齢に合ったものを選びましょう。

#### ②やさしく見守りましょう。

歯みがきタイムは、食後の忙しい時間帯なので、つい「早く!」「ちゃんとみがいて!」など言いがちです。でも、子どもは楽しいほうが取り組みやすいものです。やさしい気持ちで見守ってください。

#### ③仕上げみがきは痛くしないようにしましょう。

歯を強くみがいたり、粘膜や歯茎に歯ブラシが当たると、痛くて仕上げみがきを嫌がるようになってしまいます。やさしく丁寧にみがいてあげましょう。

## ✳️ 10月の感染症報告

・溶連菌 1件 ・突発性発疹 2件 ・感染性胃腸炎 1件